Sala de Chat

CÓMO PODEMOS APOYARNOS EN LA SALA DE CONVERSACION VIA TEXTO (CHAT)

Con esta plataforma el paciente y/o su familiar cuidador puede relacionarse entre pares (Sala de Asociados) para compartir experiencias que permitan apoyar positivamente a un par en la adhesión al tratamiento del paciente /cuidado de su familiar afectado, puede participar en un Grupo de Ayuda Virtual con la orientación de un Especialista (Sala de Orientación Especialista) si por razones físicas o geográficas no dispone en su localidad de un grupo de soporte, puede expresar sus ideas y avances del trabajo de su Comisión de Trabajo (Sala de Voluntarios) y puede chatear con los instructores de los Talleres Virtuales de Psicoeducación que dicta la Fundación en su plataforma educativa. **No es un medio para atender crisis / emergencias / negación de la enfermedad. No reemplaza en absoluto la consulta con el Especialista respectivo del paciente / familiar, ni es un medio para atender crisis / emergencias / negación de la enfermedad.**

La plataforma de chat escogida por la Fundación es una de las mejores y es la usada por su Fundación hermana DBSA (en USA). Tiene excelentes niveles de seguridad, permite disponer de varias salas de conversación, salas privadas (el participante puede preguntar a otro algo que no desea exponer públicamente), siempre se conoce quien está conectado, no permite afiliaciones anónimas. Se puede acceder vía computadora, celular y tableta con internet.

- *Asociados:* Acceso libre y solo para miembros de la Fundación. En esta sala se promueve la conversación en los miembros de la Fundación (locales y del exterior) para intercambiar experiencias, consejos o simplemente hablar.
- *Charlas de Especialistas:* Acceso libre para miembros y no miembros de la Fundación (locales y del exterior). En esta sala, **Quincenalmente** un Especialista (Médico Psiquiatra, Psicólogo Clínico) presenta un tema relacionado con los trastornos del estado de ánimo motivando un intercambio de opiniones con los participantes. El tema a manejar se avisara en la misma sala de chat, aviso en el portal y a través de las redes sociales. Se solicitará sugerencias sobre los temas a abordar de forma que sea de utilidad para la mayor cantidad de personas. **Un resumen del texto, editando nombres, estará disponible vía email para los participantes.**
- *Grupo de Ayuda Mutua*: Acceso pago (contribución de BsF. 50 /USD 8 mensuales) y solo para miembros de la Fundación (locales y del exterior). Orientación dirigida por un Especialista (Médico Psiquiatra, Psicólogo Clínico) **los lunes, miércoles, viernes** en el horario informado en el portal, generalmente de 8pm a 9pm. En esta sala se promueve la respuesta breve a dudas e inquietudes y a la Psicoeducación sobre los trastornos del estado de ánimo (trastorno afectivo bipolar, depresión clínica). **Un resumen del texto, editando nombres, estará disponible vía email para los participantes.**
- *Comisiones de Trabajo:* Acceso libre para miembros que participan activamente como líderes en la coordinación y ejecución de las distintas iniciativas de la de las Comisiones de Trabajo de la Fundación.
- *Taller Virtual ABC del TAB:* Acceso restringido a solo los participantes del Taller.

Más información sobre el funcionamiento de la sala de chat lo puedes encontrar en el manual de usuario colgado en el portal, pestaña CHAT.

COMO REGISTRARSE (PRIMERA VEZ)

Paso 1

Entrar al sitio

http://client1.addonchat.com/chat.php?id=593699&s

Se escogió una plataforma independiente del portal para poder contar con mayores niveles de seguridad pero requiere tener instalado en su computadora el complemento de JAVA. Si no lo tiene, le aparecerá la siguiente pantalla. Recomendados escoger EJECUTAR SIEMPRE EN ESTE SITIO (ya no pedirá la instrucción la próxima vez que se incorpore)

client1.addonchat.com/chat.php?id=593699&s
Se necesita tu permiso para ejecutar Java(TM).
Ejecutar esta vez
Ejecutar siempre en este sitio

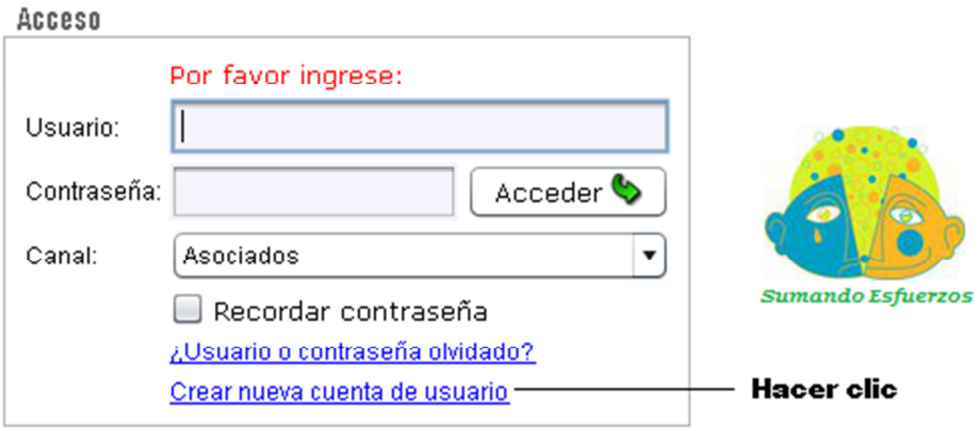
Teléfonos: 0412-7186771 SMS: 04143141480
Email: mail@fundabipolarve.org / fundabipolarve@outlook.com
Internet: www.fundabipolarve.org y www.bipolar-ve.blogspot.com

Sala de Chat

FUNDABIPOLARVE

Paso 2

Hacer clic en la frase Crear nueva cuenta de usuario:



Paso 3

Le aparecerá la siguiente pantalla, donde deberá completar varios datos:

Usuario: Como quieres ser identificado(a) en el chat. Se recomienda que sea del tamaño de una sola palabra y que no exceda de 15 caracteres.

Email Address: El buzón de tu correo electrónico que revisas diariamente.

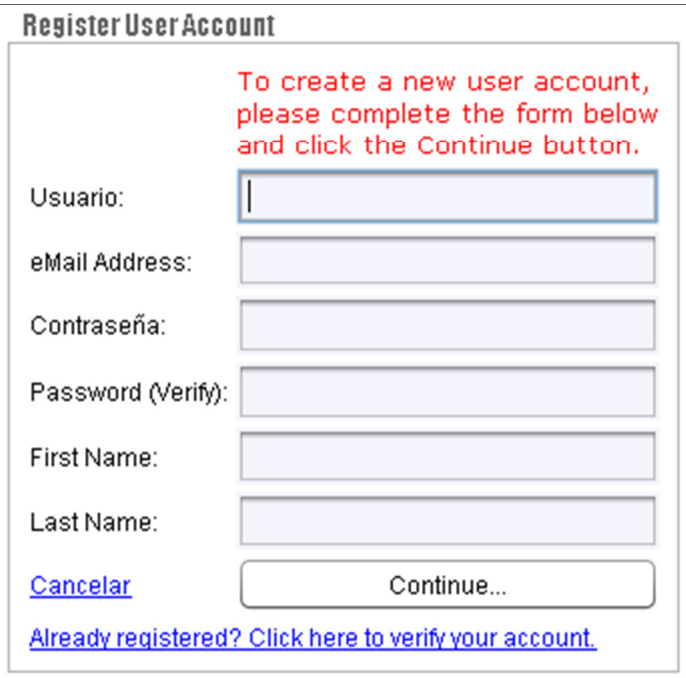
Contraseña: Una palabra que puedas recordar. Ideal que combines mayúsculas, minúsculas y números. No debe exceder de 15 caracteres. No tiene que ser la de tu buzón de correo electrónico.

Password (Verify): Escribir la misma palabra escogida anteriormente.

First Name: Escribir tu primer nombre real tal como te registraste en su oportunidad en el portal de la Fundación.

Last Name: Escribir tu primer apellido real tal como te registraste en su oportunidad en el portal de la Fundación.

Una vez completada toda esta información, hacer clic en Continue (continuar)



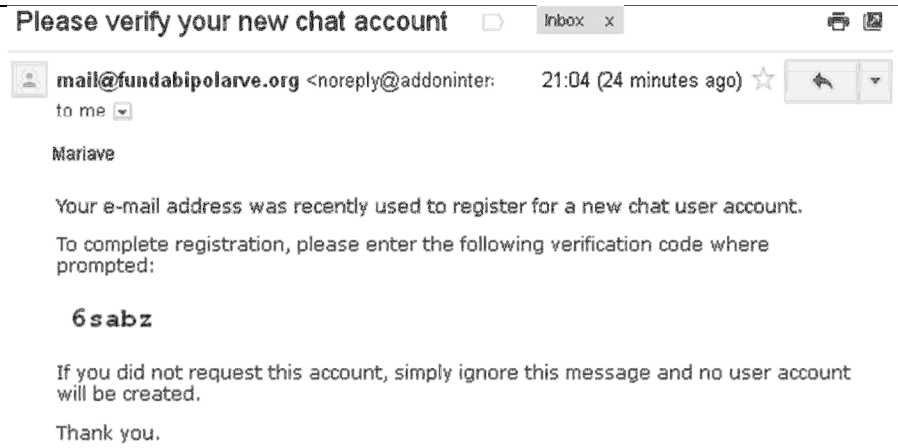
Teléfonos: 0412-7186771 SMS: 04143141480
Email: mail@fundabipolarve.org / fundabipolarve@outlook.com
Internet: www.fundabipolarve.org y www.bipolar-ve.blogspot.com

Sala de Chat

Paso 4

Ir a su buzón de correo y buscar un correo similar al siguiente:

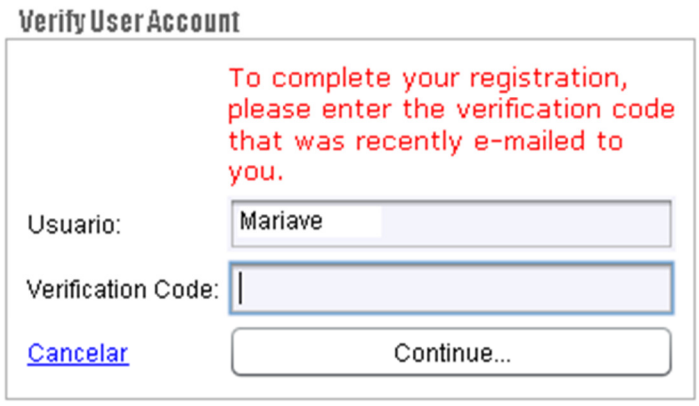
Fíjese que el email va dirigido a nombre del usuario que usted escogió y le da un código. En este ejemplo es 6sabz.


Please verify your new chat account
Inbox x
mail@fundabipolarve.org <noreply@addoninter:
21:04 (24 minutes ago)
to me
Mariave
Your e-mail address was recently used to register for a new chat user account.
To complete registration, please enter the following verification code where prompted:
6sabz
If you did not request this account, simply ignore this message and no user account will be created.
Thank you.

Paso 5

Regrese a la pestaña de su navegador donde estaba registrando su cuenta y deberá tener la siguiente pantalla.

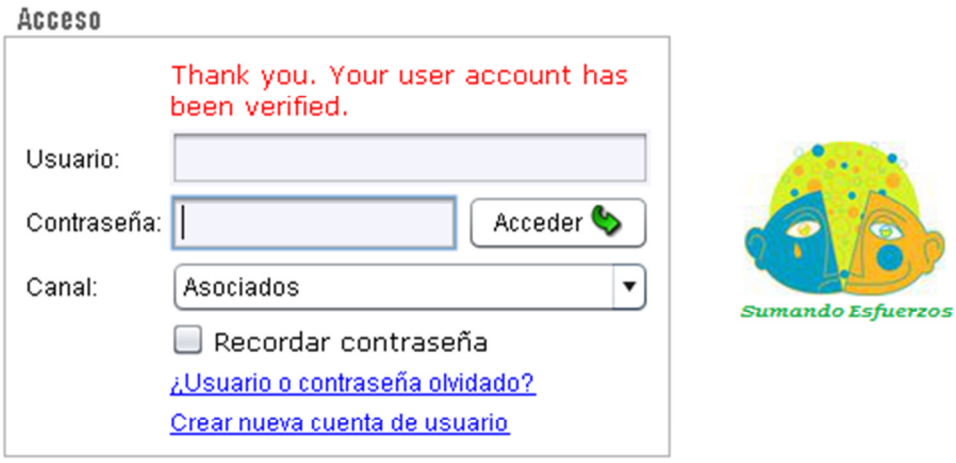
Acá escriba en Usuario, el nombre del usuario que escogió: En el ejemplo es Mariave. En Verification Code, escriba el código que recibió en su correo. En el ejemplo es 6sabz



Paso 6

Al completar correctamente el paso anterior le aparecerá la siguiente pantalla

Ahora introduzca exactamente el usuario y la contraseña que usted mismo(a) seleccionó en el paso 3 y escoja la sala donde quiere participar. La sala que está configurada para que aparezca automáticamente es la de Grupo de Ayuda Mutua. Si olvidó su usuario o contraseña haga clic en ¿Usuario o contraseña olvidado? y ejecute los pasos que le pidan.



Teléfonos: 0412-7186771 SMS: 04143141480
Email: mail@fundabipolarve.org / fundabipolarve@outlook.com
Internet: www.fundabipolarve.org y www.bipolar-ve.blogspot.com

Sala de Chat

FUNDABIPOLARVE

USO DE LA SALA UNA VEZ REGISTRADO(A)

Paso 1

Entrar al sitio http://client1.addonchat.com/chat.php?id=593699&s

Paso 2

Introducir tu usuario y la Contraseña que usaste cuando te registraste y escoges la Sala. Una vez que introduces el usuario y la contraseña y has escogido el canal, dar clic con el ratón al botón ACCEDER. La configuración automática es ir a la sala de Asociados, donde familiares o pacientes pueden relacionarse con pares (similares) para intercambiar experiencias con el espíritu de ayudar en la mejoría de todos.

Importante puedes marcar RECORDAR CONTRASEÑA, para que no tengas que introducirla cada vez que te conectes. Recomendamos esta opción si estas accediendo desde tu computador privado. Si es de un computador público sugerimos no utilizar esta opción ya que cualquiera entraría a la sala usando sus datos de acceso.

INFORMACION SOBRE ICONOS

Seleccionar un color para el texto que va a escribir

Colocar el texto en negritas

Colocar el texto en cursiva

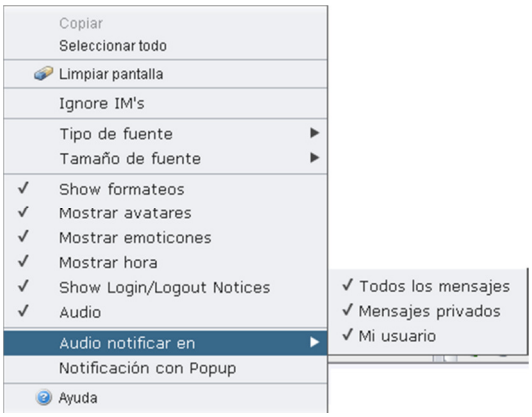
Subrayar el texto Emoticons

Menú de Emoticons

Menú de Audio emociones

Seleccionar tu foto avatar (activado solo para los Voluntarios Activos)

Personalización de tu chat



Aumentar tamaño de la letra

Disminuir tamaño de la letra

Colocar hora, activarlo (on) desactivarlo (off)

Audio activarlo (on) desactivarlo (off)

Colocar el chat en forma flotante o fijo

Ayuda(en proceso)

Salir del Chat

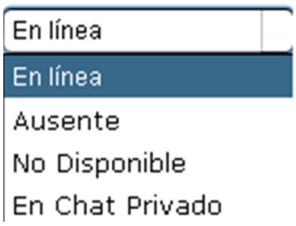
Teléfonos: 0412-7186771 SMS: 04143141480
Email: mail@fundabipolarve.org / fundabipolarve@outlook.com
Internet: www.fundabipolarve.org y www.bipolar-ve.blogspot.com

FUNDABIPOLARVE

Sala de Chat

Sumando Esfuerzos

Menú a la derecha, estatus



En la parte derecha puede verse y definirse por el usuario su estatus: En línea, Ausente (ej. esta atendiendo una llamada, fue al baño, se fue a tomar un café, etc.), No Disponible, En chat privado (está conversando con alguien en privado por lo que posiblemente no responda en el chat colectivo o no responderá inmediatamente)

REGLAS DE CONVIVENCIA - USO

Los usuarios del Chat deben:

1. Ser miembros registrados y activos en el portal de la Fundación / Sala de Chat.
2. Estar cumpliendo con el tratamiento farmacológico – psicoterapéutico indicado por su(s) Especialista(s) de Salud Mental
3. Estar conscientes de que la orientación y/o discusión en esta plataforma no constituye ni debe constituir reemplazo alguno a la consulta con el Especialista de cada paciente. El fin de esta plataforma es de fortalecer el proceso de psicoeducación de pacientes y familiares y así puedan tener una relación más dinámica, franca y efectiva con su médico psiquiatra y/o su psicólogo clínico, mejorando así el pronóstico del paciente. No se debe utilizar para manejo de crisis o para manejo de etapa de negación.
4. No denigrar / poner en duda el tratamiento farmacológico – psicoterapéutico dado por su Especialista o de algún Especialista en particular, ni estimular terapias no probadas o de dudosa reputación.
5. Estar al día respecto a la cuota mensual de pago correspondiente para la Sala de Orientación o la de Consulta con el Especialista.
6. Participar activamente en el chat formulando preguntas o aportando información sobre sus experiencias ya que se trata de pedir y dar apoyo a los miembros asociados. No debe acapararse la sesión de Orientación por un participante ya que el chat no pretende ser un sustituto de una consulta ordinaria – extraordinaria de su Especialista (manejo de crisis o etapas de negación)
7. Tener paciencia si requieren de hacer una pregunta privada al Especialista esperando hasta que el profesional se desocupe ya que el mismo solo puede atender a 1 persona a la vez.
8. Colgar sus preguntas de tipo público en el área de Foros Categoría PREGUNTAS FRECUENTES si no tuvieron la oportunidad de participar activamente en la Orientación por distintas razones. En la medida del tiempo del especialista le serán respondidas en el mismo foro.
9. Abstenerse de discutir temas relacionados con política, religión o de otra índole que divida a los participantes, ya que la idea es ayudarnos entre todos.
10. Abstenerse de hacer comentarios, juicios, etiquetas en contra de otro participante, que puedan ser considerados como ofensivos, violatorios a la ley, a la moral y a las buenas costumbres y/o discriminatoria de algún tipo hacia ese o varios de los participantes, o que pueda inducir a conceptos erróneos.
11. Abstenerse de hacer recomendaciones públicas o privadas, relacionadas con medicamentos ya que solo los médicos psiquiatras en la sala de Orientación pueden manejar este tema, así como introducir recomendaciones sobre técnicas no científicas y/o con poco respaldo sobre su efectividad.
12. Abstenerse de enviar publicidad y/o cadenas de cualquier tipo y/o establecer contacto distinto al relacionado con la condición de trastorno bipolar - depresión clínica y/o que no represente un apoyo positivo.
13. Abstenerse de dar / divulgar su información de acceso a otra persona incluso tratándose de un familiar ya que esto involucrará la cancelación de su acceso por el periodo de 3 meses. Si ocurre una segunda reincidencia implicara la cancelación permanente y su cancelación como asociado
14. Cuidar sus modales y lenguaje utilizado. La suspensión de un participante por este motivo, será decidida por el Administrador o el Especialista supervisando el chat.

El incumplimiento a estas normas puede causar el bloqueo temporal o permanente al acceso a esta plataforma de chat, según decida a su mejor criterio, el MODERADOR del Chat, sin que este tenga que justificar su decisión ni realizar reembolso alguno.

Teléfonos: 0412-7186771 SMS: 04143141480
Email: mail@fundabipolarve.org / fundabipolarve@outlook.com
Internet: www.fundabipolarve.org y www.bipolar-ve.blogspot.com